

Špagety s trhaným masem



cca 3



do
30 min



střední

SUROVINY:

- 200–250 g trhaného masa
- 1 stroužek česneku
- 1 cibulka nebo šalotka
- 1 chilli paprička (lze vynechat)
- 3 porce těstovin (240 g čerstvých nebo 300 g sušených)

Na trhané maso:

- 1 kg krkovice
- sůl
- BBQ omáčka
- 2 lžíce oleje
- 1 větší cibule
- 2 stroužky česneku
- 2 lžíce kečupu
- 1 lžička uzené papriky
- 1 lžička (nevrchovatá) mleté chipotle papričky
- ½ lžičky mletého koriandru
- 1 lžíce worcesteru
- 1 lžíce kvalitní (japonské) sojovky
- 2 lžíce třtinového cukru
- 1 lžička soli
- 50 ml cideru
- 150 ml vody (klidně můžete dát jen cider, 200 ml)

POSTUP:

BBQ omáčka: na oleji osmahněte nadrobno nakrájenou cibulku do sklovata. Přidejte nakrájený česnek a restujte max. minutu. Přidejte kečup, uzenou papriku, chipotle a koriandr a pořád míchejte, aby se vám směs nepřipálila. Přidejte cukr, sůl, worcester a sojovku a opět míchejte. Poté směs zalijte ciderem a nechte z něj trochu odpařit alkohol. Nakonec nalijte vodu a nechte vařit 15–20 minut, omáčka se zredukuje a trochu zhoustne. Nechte zchladnout.

Omáčku vetřete do masa, maličko maso podlijte vodou a pekáček přikryjte. Dejte péct na 130 °C a pečte cca 6–7 hodin. Po dvou hodinách pečení maso zkontrolujte, jestli nepotřebuje podlít. Hotové maso poznáte tak, že když do něj zapíchnete vidličku, bude se samo rozpadat. Nakonec upečené maso pomocí vidliček natrháme na jednotlivá vlákna. Takto připravené maso lze využít na mnoho dalších různých pokrmů i zavařit do sklenice, případně uložit do mrazáku, pokud zbyde.

Dejte vařit těstoviny a mezitím připravte směs.

Na pánvi orestujte dozlatova celý stroužek česneku a nakrájenou cibulku, česnek poté buď vyjměte, anebo ve směsi nechte, já jej ráda nechávám, česnek opečený dozlatova je velice chutný. Poté dejte na pánev trhané maso, promíchejte a nechte ho už jen na chvíli prohřát. Hotovou směs promíchejte s uvařenými těstovinami. Do směsi nebo na talíř ještě můžete přidat nakrájenou chilli papričku.



TIP:

Trhané maso se dá koupit už i hotové, u dobrého řezníka nebo ve farmářských prodejnách.

Špagety s tuňákem a ančovičkami



cca 2



do
30 min



snadné

Toto jídlo vzniklo vlastně trochu omylem, když jsem dostala chuť na tuňáka a zároveň ančovičky, a rázem se stalo jedním z mých nejoblíbenějších těstovinových jídel.

SUROVINY:

- 2 porce špaget (čerstvých cca 160–180 g)
- 150 g tuňáka v oleji
- 4 ančovičky
- 1 lžice zelených oliv
- 1 lžice černých kalamata oliv
- pár snítek citronového tymiánu
- hrst nasekané petrželky
- 1 lžice kapar
- 1 lžice nasekaných mandlí (mohou být mandle z oliv)
- kůra z chemicky neošetřeného citronu
- parmazán na posypání

POSTUP:

Dejte vařit těstoviny.

Na pánvi nechejte rozehřát olej z tuňáka, na něj tuňáka, nakrájené ančovičky, olivy, mandle a kapary. Krátce orestujte. Ke konci přidejte citronový tymián a nasekanou petrželku. Dle chuti osolte a opepřete. Hotové ještě prohodte na pánvi s uvařenými těstovinami a servírujte. Na talíři lehce posypte nastrouhanou citronovou kůrou a čerstvě nastrouhaným parmazánem.



Těstoviny



cca 3



do
1,5 h



snadné

s hovězím na houbách

SUROVINY:

- 400 g nakládaných lesních hub (nebo sušených namočených, konzervovaných či čerstvých)
- 250 g hovězího zadního
- 2 větší cibule
- 50–100 ml červeného vína
- masový vývar dle potřeby
- sůl, čerstvě mletý pepř
- těstoviny dlouhé nebo krátké (cca 240 g čerstvých či 300 g sušených)

POSTUP:

Hovězí maso se bude vařit déle, s přípravou těstovin tak můžete ještě počkat. Na pánev dejte zesklivatět cibuli nakrájenou na jemno, přidejte orestovat nakrájené maso, houby a podlijte vínem, víno nechte odpařit. Osolte, opepřete a vařte, dokud maso nezměkne. Do hotové omáčky dejte uvařené těstoviny a promíchejte.

TIP:

Obměnit tento pokrm můžete přidáním smetany do omáčky. Hodí se jak samotná sladká (30%), tak s přidáním zakysané či crème fraîche.



Těstoviny



s lososem a špenátem

SUROVINY:

- 3 porce těstovin (cca 250 g)
- 1 fileť z lososa (cca 200 g)
- 1 balení čerstvého špenátu (cca 150 g)
- 150 g mascarpone (příp. 1 smetana ke šlehání)
- 2–3 stroužky česneku (podle velikosti a chuti)
- šťáva z citronu nebo limetky
- sůl, čerstvě mletý pepř
- sníťka rozmarýny a strouhaný parmazán na podávání (dle chuti)

POSTUP:

Těstoviny uvařte v osolené vodě podle návodu.

Nakrájeného lososa orestujte na pánvi, a až se lehce zatáhne, přidejte na plátky nakrájený česnek. Lososa můžete orestovat i vcelku a nakrájet na kousky až hotového. V obou případech mu stačí pár minut, aby byl propečený. Česnek restujte cca minutku. Přidejte opražený špenát a nechte jej trochu zavadnout. Nakonec dejte mascarpone či smetanu a nechte prohřát. Dochutěte solí, pepřem a citronovou šťávou. V poslední fázi můžete se smetanou přidat i sníťku rozmarýny.

Podávejte těstoviny promíchané s omáčkou a lososem. Ač se k rybě sýry moc nepoužívají, toto jídlo je výborné i posypané parmazánem.

TIP:

Na začátku jara můžete špenát vyměnit za mladé kopřivy a přidat i medvědí česnek.

Namísto špenátu budou skvělé také listy mangoldu.

Čerstvého lososa lze nahradit uzeným.

